



18/09/2024 13:29 - Governo orienta a população sobre cuidados com a saúde devido à fumaça



Com o aumento da concentração de fumaça no ar, os riscos de complicações respiratórias crescem, exigindo atenção redobrada por parte dos pais e responsáveis por crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias crônicas. Em resposta, o governo de Rondônia intensifica as orientações sobre os cuidados necessários para proteger a saúde durante o período de queimadas no estado, por meio da Secretaria de Estado da Saúde de Rondônia (Sesau).

A médica pneumologista do Centro de Medicina Tropical de Rondônia (Cemetron), Ana Carolina Marcolino, explica que neste período do ano há um aumento de problemas respiratórios e doenças alérgicas. Com o aumento expressivo de fumaça no estado, devido às queimadas, o público mais sensível, como crianças, idosos e pessoas com doenças respiratórias crônicas, deve tomar cuidados especiais. “Essa

população deve evitar a exposição à poeira e fumaça, e procurar se hidratar bastante.”

Para essa população de risco, o governo de Rondônia alerta para os principais sintomas que podem surgir devido à exposição:

- Tosse seca ou produtiva;
- Dificuldade para respirar;
- Irritação na garganta;
- Congestão nasal;
- Dor no peito; e
- Cansaço.

A pneumologista destaca ainda que, nos casos em que os sintomas não forem tratados rapidamente, pode haver agravamento, ocasionando aumento da frequência respiratória, chiado no peito, sonolência e até dificuldade extrema para respirar. “Diante de qualquer sinal de agravamento, é fundamental buscar orientação médica imediata para evitar complicações graves.”

MEDIDAS PREVENTIVAS

Para reduzir os impactos da fumaça na saúde, a governo de Rondônia recomenda uma série de medidas preventivas que devem ser seguidas pela população:

- Evitar a exposição das crianças em períodos de maior concentração de fumaça, como no início da manhã e no final da tarde;
- Utilizar máscaras adequadas para crianças maiores de 2 anos, protegendo as vias respiratórias;
- Manter o ambiente interno mais seguro, utilizando purificadores de ar com filtros HEPA;
- Monitorar a qualidade do ar e evitar atividades ao ar livre durante os dias com maior poluição atmosférica;
- Manter uma boa hidratação e optar por uma alimentação saudável, rica em frutas que contenham água;
- Deixar portas e janelas fechadas nesse período de maior fumaça;
- Fazer uso de umidificador de ar e/ou toalhas molhadas em quartos pode ajudar na melhoria da umidade do ar do ambiente.

Para as crianças, além dessas medidas, a Sesau orienta que os pais aumentem a ingestão de líquidos, evitando bebidas açucaradas e alimentos processados que possam comprometer a imunidade.

HORÁRIOS MAIS PERIGOSOS À EXPOSIÇÃO

O governo ainda alerta que o risco de exposição à fumaça é maior em determinadas horas do dia, especialmente nas primeiras horas da manhã, após a queima, e no final da tarde e início da noite. Em dias de vento, a atenção deve ser redobrada, já que a fumaça pode se

espalhar rapidamente e causar problemas respiratórios ainda mais severos.

IMPORTÂNCIA DE BUSCAR AJUDA MÉDICA

A médica Ana Carolina reitera que, ao identificar sinais de dificuldade respiratória ou agravamento dos sintomas, a pessoa deve procurar imediatamente uma unidade de saúde para avaliação médica. “O atendimento precoce pode evitar complicações graves, principalmente em crianças, que são mais suscetíveis aos efeitos das queimadas”, concluiu.

Fonte: Secom - Governo de Rondônia

Notícias RO